

LIMA, MARTES 11 DE FEBRERO DE 2025 | @DiarioOjo | DiarioOjo | @diarioOjo | www.ojo.pe Precio: S/ 1.20 Vía aérea: S/1.50 | N°21294 | Director periodístico: Carlos Espinoza Olcay

ojo

S/ 1.20

"OJO CON TU CEREBRITO"
PARA TODA LA FAMILIA
HOY y todos los martes cuatro páginas con entretenidos juegos

SICARIOS EN MOTO DISPARARON 20 BALAZOS A EXCONGRESISTA FUJIMORISTA A BORDO DE UNA CAMIONETA, EN CARABAYLLO

IMPACTO pág. 3

ACRIBILLAN A ABOGADO MEDELIUS

▸ APARECIÓ EN "VLADIVIDEO" Y PURGÓ CONDENA POR EL CASO "FIRMAS FALSAS"

PRESIDIÓ EL SPORT BOYS EN 1995 Y SE PRESUME DE UN AJUSTE DE CUENTAS

JUAN HUIDOBRO FALLECIDO

LOURDES FERNANDEZ HERIDA

▸ TAMBIÉN MURIÓ JUAN MIGUEL HUIDOBRO GARCÍA Y LOURDES FERNÁNDEZ QUEDÓ HERIDA

Recibe mañana a Nacional de Paraguay y solo vale el triunfo

ALIANZA CON ÁNIMOS AL TOPE

CRACK pág. 13

CAMBIO DE DÓLAR	CAMBIO DE EURO
Compra: S/3.70	Compra: S/3.86
Venta: S/3.72	Venta: S/3.91

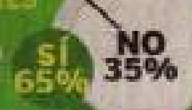
Modelo asegura que nunca terminó con el animador argentino

MILETT FIRME CON TINELLI

OJOSHOW pág. 17



OPINAN LOS LECTORES
¿Cree que Universitario juega mal y no campeonará en el torneo de la Liga 1 del presente año?



SÍ 65%
NO 35%

Responde en www.ojo.pe
¿Cree que el Gobierno se dedica a tapar actos de corrupción en vez de luchar contra la delincuencia?

X TWITTER
JUAN SHEPUT
Político e ingeniero
@JuanSheput

"Esto se ha desbordado. Asesinan al excongresista fujimorista Oscar Medelius. Juan José Santiváñez, ministro del Interior, debe renunciar de inmediato. Su incapacidad nos ha llevado a esta situación. Y el Congreso también es responsable por claudicar de su rol de control político"

LA CRUDA REALIDAD

LAS FIESTAS Y EL TURISMO

La fiesta en honor a la Virgen de la Candelaria en Puno se está desarrollando por todo lo alto, con las decenas de comparsas en sus calles y miles de visitantes. Los hoteles, restaurantes, taxistas y muchos otros negocios son beneficiados. Ayer, ni la lluvia paró las danzas. En los próximos días se vienen los carnavales de Cajamarca, que también atraen a miles de turistas. Las autoridades, con el Ministerio de Cultura a la cabeza, deben promocionar más y mejor estos y otros destinos turísticos, no solo por fiestas, sino también durante todo el año. El Perú debe dar el salto en el escenario internacional a no ser reconocido solo por Machu Picchu y Cusco, pues tenemos muchas maravillas más que mostrar. Cada región, desde Tumbes hasta Tacna y desde el Pacífico hasta nuestra misteriosa Amazonía, tiene sus encantos. Y todo esto debe ser complementado con mejores carreteras y buenos servicios. ¿Se podrá avanzar en este campo con la inseguridad creciente en las calles?



CONDENADO RECIBIÓ AVAL DEL TRIBUNAL CONSTITUCIONAL

TRIBUNOS SE NIEGAN A RECONOCER SU METIDA DE PATA

La presidenta del Tribunal Constitucional, Luz Pacheco, juró que la sentencia que declaró fundada la demanda de amparo de un excandidato en las elecciones regionales y municipales 2022, cuya postulación fue observada por tener una sentencia por malversación de fondos, "no es un precedente". Declaró en RPP que lo resuelto, con voto en mayoría por el máximo intérprete de la Constitución, responde a la evaluación de un caso concreto y "no se extiende a otros supuestos".

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

CADA VEZ MÁS INDICIOS APUNTAN A LA JEFA DE ESTADO

Dina acorralada por "Cofre" y corrupción

Además de nuevos indicios que apuntan a Dina Boluarte en el caso "Cofre", con la ayuda a la fuga de Vladimir Cerrón, saltó una nueva denuncia al favorecerse a un sobrino presidencial en lo que sería un caso de corrupción.

Punto Final confirmó que la Fiscalía de la Nación investiga al secretario general del Despacho Presidencial, Enrique Vílchez, por presunto encubrimiento a Cerrón, tras conocerse que participaba en reuniones en que se informaba sobre los operativos de captura del líder de Perú Libre, el expartido de Boluarte.

El exjefe de la Dirección Nacional de Inteligencia (Dini) Juan Liendo, dijo en Canal N que la implicación directa de la presidenta, ministros y altos mandos policiales en el operativo frustrado con una posible huida en el "Cofre" o auto presidencial sugiere una posible interferencia. Dijo que la presencia de Vílchez y de asesores presidenciales en las reuniones sobre el operativo genera sospechas sobre una filtración de información.

ojo al dato
Chong admitió haber orientado al gerente de "KCS Corredores de Seguros" en el proceso de selección en Fovipol.



■ Dina Boluarte ha jurado que tiene las manos limpias.

JAMES RODRÍGUEZ

SOBRINO. El penalista James Rodríguez señaló que Boluarte no habría cometido nepotismo, sino corrupción, al parecer favoreciendo a su sobrino Carlos Chong Carpana para que la empresa "KCS Corredores de Seguros" sea la encargada de administrar el Fondo de Vivienda Policial (Fovipol), como denunció Cuarto Poder.

"Es más posible un acto de corrupción, sino por qué buscarían borrar evidencias", declaró en Canal N.

FOTONOTICIA

EXMINISTRO INVESTIGADO DENUNCIA A PERIODISTAS

El abogado de Julio Demartini, exministro implicado en el caso Qali Warma, denunció penalmente a los periodistas Christopher Acosta y Pedro Tenorio por la investigación sobre la compra y reparto de comida en mal estado para escolares.

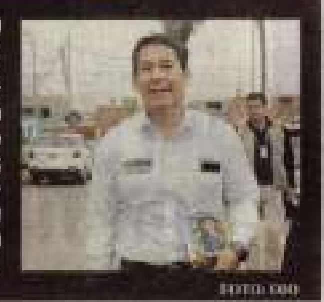


FOTO: GEC

Santiváñez solo reconoce lo que le conviene

■ Reseteó su celular, prueba clave, y mayoría del país lo pide fuera del cargo.

Tras aceptar que envió un selfi desde su despacho al capitán PNP Junior Izquierdo, el 16 de mayo de 2024 tras asumir el cargo, el ministro del Interior, Juan Santiváñez, negó los audios en que habría dicho que la presidenta Dina Boluarte le solicitó desactivar a la Diviac como condición para su nombramiento.

OJOS&OÍDOS

PLAYA. Indignación causó la información de que el Congreso destinó S/141 mil para que el arqueólogo Máximo Salazar realice un estudio técnico que evalúe la viabilidad de construir un "centro de capacitación" para los "otorongos" en la playa de Santa María.

ASU. La Corte Suprema analiza hoy las apelaciones de los congresistas Guillermo Bermejo y Guido Bellido para revocar la habilitación a la Procuraduría para pedirles S/247,500 de reparación civil por presuntamente obstaculizar a la justicia.

QUÉ. El juez supremo Juan Carlos Checkley declaró infundado el pedido fiscal de 36 meses de prisión preventiva al prófugo César Hinostroza y solo le dictó comparecencia con restricciones por su presunta intervención en el ascenso de la fiscal Elizabeth Peralta.

APP. El líder de APP, César Acuña, defendió la designación de la militante apepista y docente de la Universidad César Vallejo Susana Edita Paredes Díaz como integrante de la Sunedu, ente que fiscaliza a la citada casa de estudios.



SICARIOS EN MOTO ACRIBILLARON A OSCAR MEDELIUS, CUANDO MANEJABA UNA CAMIONETA EN CARABAYLLO

Asesinan a excongresista fujimorista

8 AÑOS
De prisión fue su condena, pero la Corte Suprema la anuló y quedó en libertad.

▪ La Fiscalía recogió indicios en la escena del crimen.

➚ REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

El excongresista fujimorista y abogado Oscar Medelius Rodríguez (69), vinculado a Vladimiro Montesinos y la falsificación de firmas para la reelección de Alberto Fujimori el año 2000, murió ayer acribillado por sicarios en moto, en Carabayllo.

Cuando conducía una camioneta, en el cruce de las avenidas Universitaria y Camino Real, los criminales dispararon 20 tiros que causaron su muerte y graves heridas en su acompañante Juan Miguel Huidobro García, empresario y contratista que murió al ser derivado al hospital Sergio Bernales.

Lourdes Fernández, representante de Corporación La Universal -otra proveedora del Estado según la expresidenta del tribunal de la Osce Mónica Yaya, resultó con heridas de bala en un brazo y el cuello.

El fiscal Juan Méndez dispuso el levantamiento del cadáver, el registro vehicular y las pericias criminalísticas en la escena del crimen. Además, dispuso que se recaben los videos de las cámaras de seguridad de la zona.

Oscar Medelius, congresista de la fujimorista Nueva Mayoría-Cambio 90 entre 1995 y 2000, había incursionado en las contrataciones con el Estado. Su empresa de construcción, Omera, contrató en 2023 y 2024 con la Municipalidad Provincial del Callao.

Atrás quedaron los tiempos en que, dentro de la cúpula del régimen de Alberto Fujimori, dejó la presidencia del Sport Boys en 1995 para ser congresista y formar parte de la bancada que manejaba Vladimiro Montesinos.

FIRMAS. Medelius, exnotario del Callao, en su momento fue extraditado de Estados Unidos, adonde fugó tras la caída de Alberto Fujimori y aparecer en un "vladivideo". Se le condenó a 8 años de prisión tras ser acusado de recibir 70 mil dólares mensuales de Montesinos para que organice la falsificación masiva de firmas cerca a su notaría del Callao.

En el ajuste de cuentas no se excluye que el crimen tenga que ver el narco "Caracol", de quien Medelius fue abogado, el tráfico de terrenos o las extorsiones.

ojo al dato

Beto Ortiz, Roberto Martínez, Nicolás Lúcar, y los alguna vez presos Andrés Hurtado, Rómulo León, Magaly Medina, Carlos Cacho, Oscar Medelius y José Francisco Crousillat se reunieron en 2014.

AL GRANO

PIERDEN LA VIDA AL SER SORPRENDIDOS POR UN HUAICO

Cuando captaban agua en la ribera de un río, un grupo de trabajadores fue sorprendido por la caída de un huaico, en el distrito de Bambas, provincia ancashina de Corongo. Dos hombres, de 19 y 36 años, respectivamente, perdieron la vida, mientras otro trabajador resultó herido.



AGARRAN A SIETE DE LA BANDA "LOS CHUKYS"

Marco Acaro Isuiza, Aldo Varaza Valeriano y Rusbel Araujo Abanto, presuntos miembros de la banda "Los Chukys", fueron detenidos en Huanchaco, La Libertad. También cayeron el supuesto cabecilla Roberto Ynga Mendoza, Julio Paredes Calderón, Jeniffer Sánchez Ávalos (22) y Luis Torres Sánchez.

MIENTRAS FUJIMORISTAS QUEDAN MUDAS FRENTE A CRIMEN DE SU EXCOLEGA

DEMANDAN ACCIONES ANTE LA INSEGURIDAD CIUDADANA

Congresistas guardaron silencio ante el asesinato del exlegislador fujimorista Oscar Medelius, mientras el Congreso -pronto a comunicados en casos de decesos de sus exintegrantes- no se pronunciaba hasta el cierre de esta edición. La legisladora Kelly Portalatino alertó que la criminalidad llega a extremos y reclamó acciones de la Policía para enfrentar a la inseguridad ciudadana, y Edgar Tello expresó sus "sentidas condolencias". Las fujimoristas Luz Salgado, Martha Chávez y Carmen Lozada, "superpoderosas" excongresistas que trabajaron al lado de Medelius de 1995 a 2000, no se pronunciaron en redes sobre su excolega. Óscar López Meneses, exoperador de Vladimir Montesinos, recordó al "gran amigo y persona" y lo despidió con un sentido "descansa en paz, tocayo".





REABREN CALLES. Seis cuadras de las avenidas Guardia Chalaca y Óscar R. Benavides (ex Colonial), en el Callao, cerradas por la construcción de dos estaciones de la Línea 2 del Metro, fueron reabiertas al tránsito vehicular y peatonal, anunció la ATU.



• Temperatura bordeará los 30 °C en algunas zonas.

ANUNCIAN LLUVIAS DE VERANO

Calor golpeará más en Lima Norte y Este

Durante esta semana, el Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología del Perú (Senamhi) prevé altas temperaturas en los distritos del norte y este de Lima, donde también habrá lloviznas ligeras o conocidas como lluvias de verano durante tardes y noches. "Hacia la zona norte y la zona este de Lima vamos a estar registrando 30º C", estimó Piero Rivas, subdirector de Predicción Meteorológica. Los distritos afectados serán Ate, Santa Anita, Chaclacayo, Lurigancho, La Molina, Cieneguilla, San Juan de Lurigancho, El Agustino, Comas y Carabayllo.

Correrán maratón con sus mascotas



• Habrá trotes de 100 metros para adultos mayores y personas con discapacidad.

Los runners y sus perros podrán participar, este 16 de febrero, en la Pet Run 5k, que organiza la Municipalidad de Surquillo. Comenzará a las 8 a. m. en el Parque Héroes de la Paz. Lo recaudado es en beneficio del albergue Can Martín.

SALEN DESDE UNA ROSA HASTA GRANDES RAMOS

Prefieren flores por Día del Amor

↗ REDACCIÓN OJO
redacción@prensmart.pe

Las flores son el regalo más solicitado para San Valentín y, ante la alta demanda que se avecina, el Mercado de Flores, ubicado en el Rímac, ofrece a través de su plataforma web diversas opciones que van desde los 12 soles hasta más de 400 soles.

Los productos más económicos incluyen una rosa perfumada acompañada de lluvia y una dedicatoria personalizada, mientras que los más costosos, además de flores de mayor costo, llevan peluches, globitos y otros detalles adicionales. En la florería Mi Vero, por ejemplo, el ramo de 25 tulipanes decorado con margaritas blancas y envuelto con papel coreano sale a 450 soles.

También, los comerciantes ofrecen canastas florales, sombrereras (caja) con rosas, sobre todo rojas, que simbolizan el amor y romance.

Estos presentes no solo están destinados para mujeres. En Pericas Queen, venden para hombres el ramo "sentido arácnido" en el que viene un peluche de Spiderman y flores artificiales color azul y "tres en raya", ramo con carritos.



• Las rosas son las flores más pedida por enamorados.

ojo al dato

Según Rappi, la lencería y otros productos para la intimidad estarán entre los más pedidos por delivery en esta fecha.

CAMPAÑA. Según estima la Cámara de Comercio de Lima (CCL), los regalos tradicionales como chocolates y flores seguirán siendo los más populares en esta campaña de San Valentín.

Esto se repite incluso en pedidos hechos de forma online, pero también se agregan a la lista de productos con mayores ventas las joyas, perfumes y accesorios tecnológicos, así como cenas romántica y viajes.

La CCL estimó que las personas gastarán entre 200 y 280 soles en regalos o experiencias para sus parejas, lo que significa un aumento respecto al año pasado.

AL GRANO



GLOBOS METÁLICOS SON UN PELIGRO

Debido a que globos metálicos causaron 94 apagones en distritos de Lima durante 2024, Luz del Sur pidió a la población evitar su uso en el Día de San Valentín, al ser peligrosos cuando entran en contacto con cables eléctricos.



CLAUSURAN RESTAURANTES COCHINOS

La Municipalidad de Independencia clausuró y multó con más de 11 mil soles a tres restaurantes por incumplir normas de salubridad al tener presencia de insectos, alimentos en descomposición y utensilios antihigiénicos.



CASA PARA MADRES DE PACIENTES

Dentro del Instituto Nacional de Salud del Niño San Borja se inauguró la primera Casa Hospitalaria del país destinada a madres y/o cuidadores de los pequeños pacientes internados en cuidados intensivos.



OFRECEN RECOMPENSAS

26 FEMINICIDAS ESTÁN PRÓFUGOS

Un total de 26 feminicidas permanecen prófugos y en la lista de los más buscados, según el Programa de Recompensas del Ministerio del Interior. Por datos de los paraderos de estos sujetos, que incluso no son alcanzados por la justicia desde 2016, ofrecen de 15 mil a 80 mil soles. Por uno de los que más dinero se ofrece es Abel Filimin Flores Villa, acusado de asesinar a su conviviente Elisa Torres frente a sus dos menores hijas, en Chanchamayo.



MINISTRA DE LA MUJER

PROMETE CAPTURA DEL ASESINO DE NIÑA

Víctor López Villagómez, quien asesinó a una niña de 9 años que defendió a su hermana mayor cuando él la atacaba, estará en la lista de los más buscados para su captura, anunció la ministra de la Mujer, Fanny Montellanos.



COLECCIONES

DESAFÍA LA COCINA CON LOS

CUCHILLOS

SMART CUT

- Hojas de acero inoxidable
- Mango ergonómico con acabado soft touch
- Recubrimiento resistente:
  - Al desgaste
  - A los golpes
  - A las ralladuras
  - A la corrosión



Y llévate más de 30 recetas para que cocines como un chef

PELADOR

MULTIUSOS

REBANADOR

PARA PAN

S/ 39.90

PRECIO REGULAR: S/ ~~79.90~~

+CUPÓN



1 Busca YA el cupón en tu diario Ojo.



2 Recorta el cupón y adquiere tus CUCHILLOS SMART CUT a un PRECIAZO.



Para mayor información, escribe al: 988 070 096

Válido en Lima Metropolitana





RATEROS EN MINIVÁN. A bordo de una miniván, delincuentes se desplazan por las calles de San Juan de Lurigancho y cuando ven a alguna mujer distraída bajaban y le robaban el celular. Se les ha visto por la avenida Central y otras vías adyacentes. Una cámara grabó cuando un encapuchado bajó del vehículo, se acercó a una víctima que hacía pagos en una farmacia con agente bancario, le arrebató su celular y fugó.



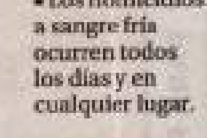
• Crímenes en San Juan de Lurigancho y Callao.

MATARON A UNA SEÑORA Y UN JOVEN

La ola de asesinatos sigue imparable

A la una de la tarde de ayer, un sicario se hizo pasar por trabajador de la empresa Calidda, con chaleco naranja incluido, tocó la puerta de una casa del jirón Las Geodas, en San Juan de Lurigancho, y cuando una señora mayor de edad, de unos 60 años, salió a la puerta le disparó cuatro veces. La víctima murió en el acto. En el Callao, durante una fiesta después de un torneo de fulbito, Christian Vargas fue acribillado por sicarios. Además, dos amigos suyos fueron heridos. Mientras tanto, en el muelle artesanal chalaco, el fileteador de pescado Anderson Castro (33) fue herido de bala por unos sujetos que le dispararon a matar.





• Los homicidios a sangre fría ocurren todos los días y en cualquier lugar.

AL GRANO



ATRAPADO POR CRIMEN DE MUJER DE ALCALDE

Cuando trabajaba como albañil en la construcción de una vivienda en Lurín fue detenido José Tantajulca (29), "Tanta", uno de los pistoleros implicados en la muerte de Chelita Tufinio, esposa del alcalde de Guzmango, Cajamarca, ocurrido en enero. Había orden de detención en su contra.



HACEN FORADO PARA ROBAR EN CASA DE CAMBIO

Durante la madrugada, a través de una agencia bancaria abandonada, cuatro delincuentes hicieron un forado, con picos y barretas, para ingresar a una casa de cambio a fin de robar el dinero. Sucedió en el jirón Omega, en plena zona bancaria del Callao, por la avenida Colonial.

PLANEABA SACAR A SU ESPOSA A PASEAR

"Cupido" robaba para San Valentín

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Robaba celulares para salir con su esposa en el Día del Amor. "Iba a salir con mi mujer el 14 de febrero y quería llevarla a pasear por ahí. Hace tiempo que no la saco", dijo Luis Pezo La Madrid (36), "Cupido", un delincuente que robaba celulares en La Victoria para poder obtener dinero de manera fácil.



• Luis Pezo intentó justificar su delito.

Sin embargo, "Cupido" no contaba con que policías del Grupo Terna del Escuadrón Verde le seguían los pasos y terminaron capturándolo en el cruce de los jirones Huamanga e Italia.

El ladrón fue captado cuando se acercó hasta una camioneta y le robó el celular a una mujer que iba como copiloto. Los policías encubiertos lo atraparon al instante.

"Quería monedas. Vi ese celular de valor en el carro y lo cogí, lo hurté", relató Luis Pezo ante el Grupo Terna, tras afirmar que desea pasear con su pareja este viernes 14 de febrero.

FIRME. "Este sujeto, luego de ser capturado, manifestó que el motivo por el cual sustrajo el celular era que quería obtener dinero para poder celebrar el Día de San Valentín con su pareja. Ninguna acción delictiva es justificable", declaró el jefe del Escuadrón Verde, Pedro Rojas, a RPP.

El celular fue recuperado y entregado a la agraviada, mientras que "Cupido" fue conducido a la comisaría de La Victoria.

OJO al dato

La Línea 105 de la Policía Nacional está disponible las 24 horas para denunciar cualquier acto delictivo.



• "CUPIDO" EN ACCIÓN



PIURA

IBAN A ENVIAR DROGA EN POTA

Personal de Aduanas de Paita permitió la incautación de cerca de 70 kilos de alcaloide de cocaína que los integrantes de una organización internacional de tráfico de drogas pretendían enviar a Bélgica por vía marítima en un contenedor lleno de calamar gigante (pota). La Sunat informó que la incautación se ejecutó con apoyo de la Policía Nacional y el fiscal antidrogas de Piura, que investigan para dar con la banda de narcotraficantes.

NOBOA Y GONZÁLEZ VAN EN BUSCA DE VOTOS

Presidente saldrá en segunda vuelta

AGENCIAS OJO
redaccion@prensmart.pe

El magnate, jefe de Estado y líder de Acción Democrática Nacional (ADN), Daniel Noboa, y la candidata del correísta Movimiento Revolución Ciudadana (MRC), Luisa González, se lanzaron ayer a captar votos de cara a la segunda vuelta electoral del 13 de abril, tras el "empate técnico" entre ambos en los comicios del domingo.

Con el 98,31 % de las actas contabilizadas, Noboa encabeza la contienda con el 44,31 % de votos y González le sigue con el 43,83 %. El 23 de marzo ambos participarán en un debate organizado por el Consejo Nacional Electoral (CNE).

LUCHA. Noboa reapareció ayer en su cuenta de X (antes Twitter): "Gracias, Ecuador. Gracias por la esperanza y el coraje de volver a creer que este país puede ser diferente. Ahora, a seguir luchando".

"Juntos dimos el primer paso", recalcó, al destacar que va primero y la consolidación de ADN en la Asamblea Nacional (Congeso).

En vista de capturar votos del tercero, Leonidas Iza, quien tiene alrededor del 5 % de sufragios, González lo mencionó. "Felicito a los otros candidatos también, que sacaron una votación significativa, como por ejemplo Leonidas Iza, quien sacó una votación importante", acotó la candidata.

La sierra del país votó mayoritariamente por Noboa y la costa azotada por la delincuencia lo hizo más por González.

ojo al dato

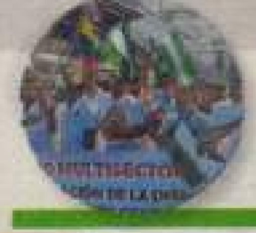
Para Santiago Basabe, de la Asociación Ecuatoriana de Ciencia Política, González puede atrapar votos de Iza, opositor de Noboa.

CHILE

CALOR Y FUEGO GOLPEAN AL TERRITORIO CHILENO



SANTIAGO. La fuerte ola de calor del último fin de semana no solo dejó temperaturas récord, sino también más de 22 focos de incendios forestales que destruyeron viviendas y mataron a una persona. La localidad de Santa Sofía en Cauquenes, del Maule, alcanzó el récord de 42,2° C, mientras 14 personas han sido detenidas en las últimas horas acusadas por los incendios forestales que arrasan cientos de hectáreas en el centro-sur de Chile.



BOLIVIA ES UN POLVORÍN. Con marchas y bloqueos de vías se inició ayer un paro nacional en rechazo a una ley que ordena la confiscación de productos a quienes cometan agio y especulación. La protesta, que va hasta hoy, tiene apoyo de sectores productivos, industriales, exportadores, gremiales y transportistas del país.

ESTADOS UNIDOS



DONALD TRUMP SE BURLA DE TAYLOR SWIFT

➡ El aclamado presidente de Estados Unidos, Donald Trump, se burló de la cantante Taylor Swift, su opositora que recibió abucheos y silbidos en el Super Bowl LIX de la NFL, en Nueva Orleans. "La echaron del estadio con abucheos. ¡MAGA (Make America Great Again) es muy implacable!", celebró.

ESPAÑA



FILTRAN VIDEO ÍNTIMO DE IKER CASILLAS

➡ La modelo de Only Fans Claudia Bavel, quien confesó que tuvo una relación con Iker Casillas, confirmó que el campeón mundial con España grabó un video íntimo entre ambos que está circulando en redes sociales sin el consentimiento de ella. Deslizó que el exarquero lo habría "soltado".

FOTOLOCA



ESPAÑA

BAILAN Y HACEN ACROBACIAS COLGADOS DE UN POSTE

➡ Procedentes de Veracruz, México, los Voladores de Papantla -grupo de acróbatas que realizan una ceremonia ritual prehispánica de danza y piruetas- encantaron a la gente que en Madrid pudo apreciar con asombro la actuación que consiste en lanzarse al vacío desde un mástil, sujetos por cuerdas, y girar alrededor de un poste. Los hombres vestidos con trajes bordados en vivos colores, con plumas adornando sus cabezas, eran acompañados por música.

ESTADOS UNIDOS



DUEÑO DE FACEBOOK BOTA A MILES DE EMPLEADOS

➡ Meta, la empresa matriz de Facebook, Instagram y WhatsApp, implementó desde ayer, por orden de su dueño, el magnate Mark Zuckerberg, una nueva ronda de despidos que afectará a tres mil empleados, equivalente al 5 % de su fuerza laboral global de 72 mil personas en el mundo entero. Los despidos se han iniciado con comunicaciones por e-mail y se extenderán hasta el 18 de febrero en algunas regiones del planeta.

NICARAGUA



DIABLO ORTEGA INSULTA A EL VATICANO

➡ El Gobierno calificó de "depravado" y "pedófilo" a El Vaticano, luego de que el obispo nicaragüense Rolando Álvarez relató cómo fue su año preso por la dictadura de Daniel Ortega.

ASÍ FUE

GUATEMALA



51 MUERTOS AL CAER BUS DESDE PUENTE

➡ Un ómnibus que cubría la ruta entre San Cristóbal Acasaguastlán y Ciudad de Guatemala cayó la madrugada de ayer desde el puente Belice a un barranco donde corre el río Aguas Negras, con el saldo de al menos 51 personas fallecidas y decenas de heridos. La unidad sufrió una falla en los frenos y colisionó contra dos vehículos que esperaban la luz verde en un semáforo y se precipitó al vacío.

¿SABÍAS QUE...

EL SUELO DE LA LUNA ESTÁ CUBIERTO POR RESTOS DE METEORITOS?

LA LUNA TIENE UN SUELO CUBIERTO DE REGOLITO LUNAR, UN SEDIMENTO FINO PRODUCTO DE LOS NUMEROSOS IMPACTOS DE METEORITOS.

ojo CON TU CEREBRITO

COLOREA





CRUCIPALABRAS

Ubique en la parrilla las palabras que se presentan a continuación agrupadas y de acuerdo con su cantidad de letras.

3 LETRAS
DÍA
TOA
MAR
SOL
PAZ
UNO
ANA

4 LETRAS
NOEL
PAPÁ
RAMO
DONO
VELA
PAVO
CUNA

5 LETRAS
LUCES
BOLAS
ÁRBOL
GORRO
COPOS
NIEVE
BELÉN
BRUMA
LUNES

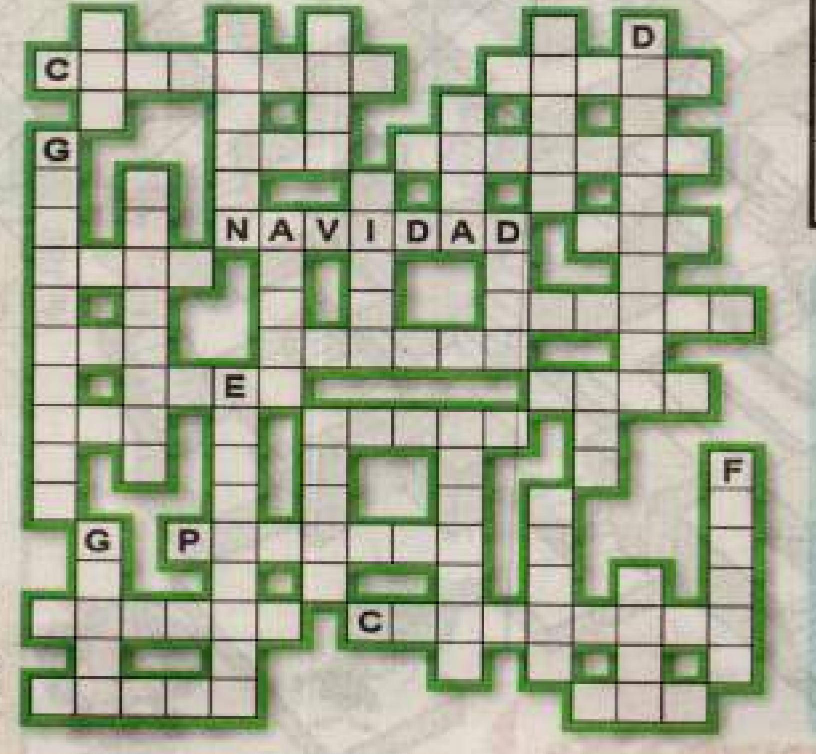
6 LETRAS
FLORES
NACIÓN
OCÉANO
AREOLA
CANTAN

7 LETRAS
~~NAVIDAD~~
PANETÓN
PESEBRE
MUÑECOS

8 LETRAS
CAMPANAS
CASCABEL

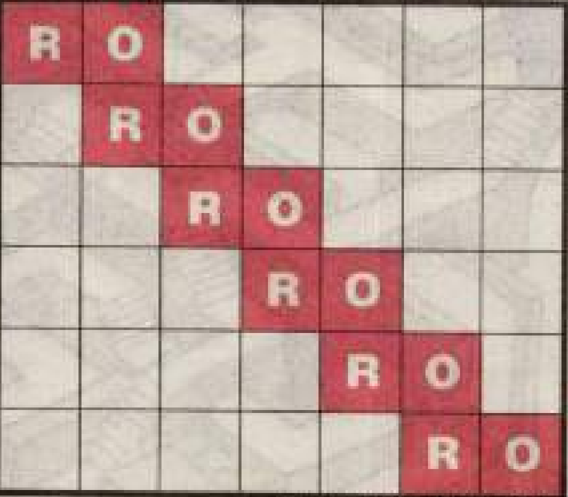
9 LETRAS
CHOCOLATE
ESTRELLAS

10 LETRAS
DECORACIÓN
GUIRNALDAS



MENTE ÁGIL

Respetando las dos letras que se indican, complete las palabras. Puede haber varias soluciones.



DESAFÍO

Debajo de cada resultado hay dos casillas cuyos números sumados dan dicha cantidad.



LABERINTO

LLEGAD

ENTRADA

SOMBREAR

... Los e
con

PONTE MOSCA CO

Nº 198

	8				6		7	
9		2		7		3		6
	6		1				8	
4			9		2	1		
	9						2	
		8	4		7			9
	4				9		1	
2		9		1		4		3
	3		6				9	

Nº 199

spacios
puntos.

9 DIFERENCIAS





RELAX

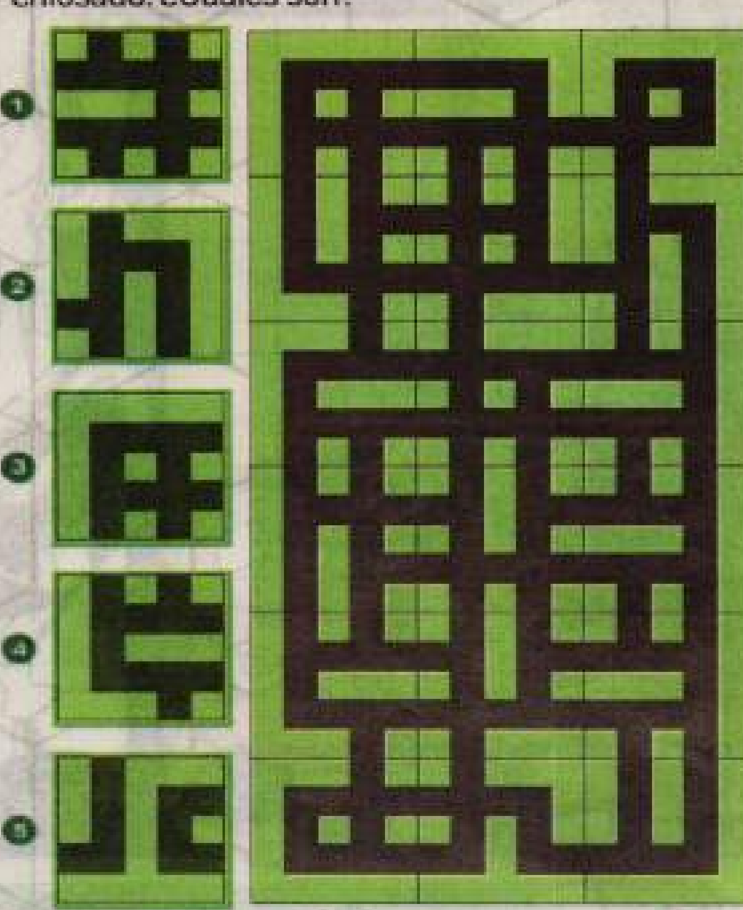
Completar las palabras horizontales. Dichas letras verticales formarán un pensamiento crítico.



L	A	V	A	R
	S	T	R	O
	A	C	H	A
	N	O	J	O
	Z	O	T	E
	L	A	V	E
I	N	D	I	O
	I	A	N	A
	R	E	N	A
	E	B	E	R
	I	E	V	E
A	N	D	E	N
	L	A	R	A
	L	U	S	O
O	J	E	R	A
	I	E	T	O
	R	E	T	E
	E	C	H	E

MENTE ÁGIL

Dos de las losetas numeradas no corresponden al enlosado. ¿Cuáles son?



EL SUDOKU

		2		9				8
	6		3		1		4	
4				8		6		
	7		9				6	
6		5		3		4		9
	9				5		8	
		6		7				4
	1		5		6		2	
7				2		3		

PALABRAS

Transformar paso a paso con palabras que se diferencien de la anterior en una sola letra.

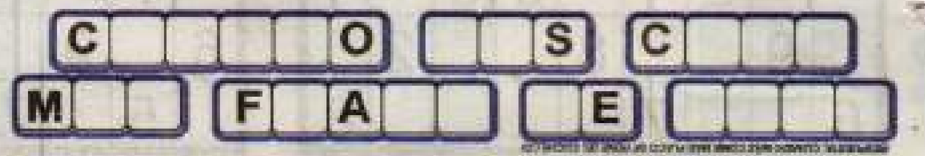


S	O	G	A
N	U	D	O

TABLERO

En este tablero de letras están escondidos los nombres de ocho países de América del Sur. Estos se encuentran escritos horizontalmente. Una vez que los halle, le quedarán letras que no se han utilizado, escríbalas en los casilleros de la parte de abajo y leerá una adivinanza.

C	C	O	L	O	M	B	I	A
U	A	N	C	H	I	L	E	D
O	B	R	A	S	I	L	M	A
S	P	A	R	A	G	U	A	Y
C	O	P	E	R	U	M	E	M
V	E	N	E	Z	U	E	L	A
A	S	F	L	A	C	O	S	E
P	U	R	U	G	U	A	Y	O
N	B	O	L	I	V	I	A	E



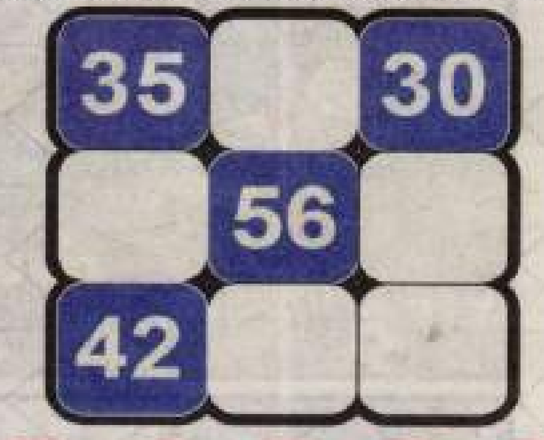


COLOREA



SUMANDO

Coloque en las casillas en blanco los números que están fuera del recuadro, de modo que, al sumar horizontal o verticalmente, el resultado sea siempre el mismo (104).





PONTE MOSCA CON EL SUDOKU

7					9			4
	6			3			5	
		1	5			8		
		6		4		2		5
	7		3		1		8	
5				7		3		
		2			3	5		
	9			8			2	
6			7					8

Nº 151

	3		4				2	
7		8		3		4		9
	2				7		5	
		6		7		3		
	9		5		8		6	
2				1				5
	7				1		3	
6		9		5		2		4
	5		7				9	





ÁNIMOS AL TOPE

HERNÁN BARCOS SERÁ EL "9", CEPPELINI EL "10" Y LAVANDEIRA EL "8" PARA BUSCAR LOS TRES PUNTOS Y CLASIFICACIÓN COPERA

ALIANZA LISTO PARA REVANCHA CON NACIONAL DE PARAGUAY

Listos para la batalla. En Alianza Lima saben lo que se juegan mañana ante Nacional de Paraguay y afrontarán el choque como una final. El plantel está concientizado en superar la eliminatoria y en eso mucho tiene que ver Néstor Gorosito, quien no se cansa de recordar a sus jugadores que en la siguiente fase los espera Boca Juniors.

El "Pipo" les mete en la cabeza que si superan a los paraguayos, todos los ojos del mundo estarán sobre ellos para verlos ante los "xeneizes". El argentino cayó bien dentro del grupo, porque a diferencia de otros técnicos no habla mucho de táctica, da las indicaciones necesarias y lo más importante: permite que el futbolista improvise. Alianza pasó de correr y presionar a jugar más. El técnico priorizó la llegada de jugadores de buen pie para desarrollar su estilo de juego y de momento los resultados le dan la razón. Pablo Cepellini es el que maneja los tiempos y está bien secundado por Pablo Lavandeira.

Arriba los extremos desbordan y se complementan con los laterales que no se limitan a marcar, porque cuando pueden pasan y meten buenos centros. El ecuatoriano Eryc Castillo es la sorpresa de los refuerzos, se sabía de su velocidad y facilidad para el desborde, pero su adaptación al modelo de juego es lo que más destaca. Kevin Quevedo no desentona y ayuda a los volantes.

Ausente Paolo Guerrero, que estaba haciendo un gran inicio de temporada, Hernán Barcos tomó la posta y aunque no anotó ante Cusco FC se dio maña para generar fútbol. En La Victoria quieren que llegue ya la hora del partido, saben que están en buen momento y que el empate en Asunción fue un accidente. Los jugadores pondrán todo lo que esté a su alcance y esperan que en Matute sea la de las noches grandes de Copa Libertadores.

FIRMADOS

"Nunca nos entrenamos en la cancha, fuimos dos días antes e hicimos muy poco. Nosotros somos tan visitantes como los rivales"

MATÍAS SEN
Delantero de C. Unidos

"Jugaremos contra un equipo difícil e importante como Cristal. Esperamos seguir por el mismo camino y sumar puntos"

CARLOS LÓPEZ
Volante de Sport Boys

"Casi todos los equipos que vienen aquí, sufren. Por sus características, tienen el balón y eso puede pasar, pero sabremos responder"

RODRYGO
Delantero del Real Madrid

"Somos jugadores profesionales y convivimos con el error. Nos duele a todos, y vamos a trabajar para pulir detalles"

MATÍAS DI BENEDETTO
Defensa de Universitario



▪ Los merengues recibirán el sábado a Cienciano en el Monumental.

"U" RESPALDA A BRITOS TRAS BLOOPER EN CAJABAMBA

No hay tiempo para lamentos

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Respaldo total. En Universitario todavía siguen masticando su bronca por el empate en Cajabamba, pero lejos de culpar a su arquero Sebastián Britos, que 'regaló' el empate cuando los cremas tenían asegurado el partido, decidieron apoyar a su número uno. En Ate entienden que todos pueden fallar y por eso nadie cuestionó a su portero.

Para el técnico Fabián Bustos el golero no es el único culpable del 1-1. "Terminé molesto porque me parece que el equipo mereció ganarlo. En la última jugada perdimos por errores nuestros, hay que trabajarlos y corregirlos. Primero, tenemos la pelota nosotros y no tenemos que perderla en el ataque; segundo, no tenemos que dejar que el lateral progrese y tire un centro al área; tercero, no tenemos que salir más; cuarto, hay que tomar las marcas; y un montón de cosas que no hicimos bien en la última jugada" señaló el DT.

Por su parte, el principal involucrado en la acción, Sebastián Britos se refirió al 'blooper'. "¿Qué quieres que diga con respecto a ese gol? Las imágenes son elocuentes. Lamentablemente, los arqueros quedamos muy expuestos. Fue un partido muy complicado, como todos", expresó el uruguayo.

Para el encuentro ante Cienciano del Cusco del sábado, el entrenador Fabián Bustos estaría pensando en darle ingreso a Jairo Vélez.

ojo al dato

Los Chankas y Deportivo Garcilaso igualaron 2-2 cerrando la fecha 1 del Apertura. El partido se jugó en el Municipal de Talavera".



CRISTAL CAMBIA

"CANCHITA" ANTE LOS ROSADOS

Aunque solo se jugó una fecha del Apertura, Guillermo Farré tiene claro que Christofer Gonzales debe ser fijo en la volante de Sporting Cristal. "Canchita", que no inició ante Alianza Universidad por no estar recuperado al cien por ciento de una lesión, ingresó a los 56' y les cambió la cara a los cerveceros. El seleccionado le aportó la claridad que no tuvieron Catriel Cabellos y Jesús Pretell y arrancará el domingo contra Sport Boys.

LA COLUMNA DE

EL OJÓN



por: el calidoso

EL HINCHA CREMA EMPIEZA A CREER QUE CHURÍN PUEDE SER OTRO DORREGARAY

Hola, holaa, holaaa, holaaaaa mi gentita, vengo más embalado que el hincha crema preguntándose qué quiso decir Manuel Barreto, cuando señaló que los jugadores extranjeros no necesariamente deben ser titulares. El fanático merengue cree que la "Muñeca" está poniendo desde ya el parche por si Churín repite el fracaso de Dorregaray el año pasado. Es muy pronto para juzgar al nueve, pero en lo poco que jugó no mostró casi nada, salvo ese gol en Colombia. Vélez respondió con gol y Reyna tuvo buenas y malas, pero creo que el problema está atrás donde le volvieron a renovar a esos dos extranjeros que son más lentos que una tortuga. ¡CHEEEEESSSSSS!



Piero Quispe demostró que está bien de la cabeza y lejos de venirse abajo porque lo mandaron a la banca, pues aprovechó los minutos que le dieron y respondió con un gol. El hábil volante entró en un momento complicado para Pumas y cuando se jugaban los descuentos hizo el tanto del triunfo de su equipo y le dio tres puntos clave. El excrema demostró que cerca del área es más peligroso porque normalmente lo utilizan de volante de primera línea. ¡OJITO, OJITO!

Empezó el torneo y el "Bolillo" Gómez sigue sin aparecer por Cajamarca. La firme que esto habla muy mal de la dirigencia del cuadro cajamarquino que anunció al cafetero y nadie sabe si al final se pondrá el buzo. Para colmo de males, su asistente no pudo dirigir ante Melgar porque no tiene la licencia y lo tuvo que hacer el peruano Mauro Reyes que sí tiene todos los documentos en regla para sentarse en un banquillo. ¡HUUUUMMMM!



En Trujillo, "Chemo" empezó su trabajo para devolver a la Vallejo a la máxima categoría, pero se olvidó de la conferencia de prensa que prometió cuando se fue a disputar el sudamericano sub-20. El técnico parece haber dejado de lado su paso por la Videna porque llegó al norte y no dijo nada al respecto. Hay muchas cosas que se quedaron sin explicar y sería bueno que el ex jugador del Tenerife diera la cara. Bueno mi gente esto es todo por hoy, mañana volvemos con más y mejor información. ¡CHAAUUUUU!



JUEGAN POR LA IDA DE LOS PLAYOFFS DE LA CHAMPIONS

Real y City en duelo de campeones

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Manchester.- Una reunión de recientes 'viejos amigos' es la que tendrán hoy Manchester City y Real Madrid que por la ida de los playoffs de la Champions League se cruzan en el estadio Etihad (3:00 p.m./ Espn). Será la cuarta vez consecutiva que los merengues y los ingleses se vean las caras y de ellas, dos veces pasó la serie el Real Madrid y una el City. Además, en general, se han enfrentado en 12 ocasiones y el balance de victorias favorece a los ingleses con cuatro festejos, los blancos lo hicieron en 3 y ha habido un total de 5 empates.

"Sé cómo queremos jugar y sé que ellos están deseando que llegue el partido", declaró el entrenador local "Pep" Guardiola que tendrá como estilete de ataque a Erling Haaland y detrás suyo jugarán De Bruyne y Phil Foden. A ello responderá el Real Madrid con el tridente Rodrygo, Vinicius Júnior y Kylian Mbappé. La gran preocupación de los españoles será la zaga central donde el joven Asencio y el volante Tchouaméni serían titulares. "Es una pesadilla preparar los partidos contra Guardiola porque siempre tiene ideas que te hacen pensar", declaró el técnico del Madrid, Carlo Ancelotti.

En otro duelo importante, y un cruce totalmente francés, el PSG de Luis Enrique visitará al Brest (12:45 p.m./ Espn). Además, Juventus será local contra PSV (3:00 p.m./ Espn2) y Borussia Dortmund visita a Sporting Lisboa (3:00 p.m./Espn3).

ojo al dato

Ibrahimovic, directivo del AC Milan, anunció en la presentación de João Félix que el club enviará una queja formal por el arbitraje ante Empoli.

2-1

GANÓ INTER (2°) como local a Fiorentina (6°) en el cierre de la fecha 24 de la liga italiana.



HIZO COMERCIAL

MESSI REGRESA CON LA MLS

Lionel Messi fue el invitado de lujo en el Super Bowl, que ganaron los Philadelphia Eagles y que dio por cerrada la temporada de la NFL, donde la "Pulga" promocionó el regreso del balompié profesional estadounidense. "Cuando el fútbol termina, el fútbol comienza", dice el mensaje que aparece en el comercial de Apple TV, mientras Messi domina el balón del Super Bowl con la música de fondo del artista Marshmello y del rapero argentino Trueno. La temporada 2025 de la MLS arranca el 22 de febrero.



PAMELA DEJÓ EL LUTO. La cantante Pamela Franco reapareció en sus redes sociales tras la pérdida de su padre y agradeció a sus seguidores por sus buenos deseos y que retomó su trabajo, pues es una luchadora.



Cantante afirma que irá a Europa en marzo.

PESE A EXTORSIONES Y AMENAZAS

Toño Centella no dejará la música

El cantante Toño Centella señaló que continuará trabajando pese a las amenazas, extorsiones y atentados que ha sufrido en las últimas semanas. "En un momento pensé en dejar la música, pero después me puse a pensar bien las cosas y llegué a la conclusión de que mi vida es la música. Además, he conocido muchos países y personas gracias a la música, así que seguiré. Si me tengo morir, moriré en los escenarios", sostuvo Centella, quien dijo que está tomando las precauciones del caso.

"Si la gente me quiere hacer daño, hay que tomar las precauciones", añadió Toño, quien anunció que en marzo se irá de gira por Europa.



Cantante ha sido víctima de varios atentados por extorsionadores.



FUE DENUNCIADO

Santiago afirma que es inocente



El actor Santiago Suárez señaló que es inocente de la denuncia por agresión sexual que le realizó una ciudadana estadounidense, que ha colaborado con las investigaciones y espera que todo se resuelva a su favor. "Ahora estoy más tranquilo, han sido meses muy fuertes por todo lo que ha sucedido. Soy inocente", dijo Suárez en "América hoy".

Samahara: "Estoy bien con Bryan"

NO HACE CASO A SUPUESTOS CHATS ENTRE EL CANTANTE Y OTRA MUJER

LADY CÁMARSA

Samahara Lobatón se pronunció sobre las presuntas conversaciones subidas de tono que habría tenido su pareja Bryan Torres con una joven llamada Hellen y aseguró que confía en el padre de su hija.

-Samahara, se habla de unas supuestas conversaciones subidas de tono entre tu pareja Bryan y una joven llamada Hellen. ¿Cómo están ustedes como pareja?

Él debe aclarar las cosas, pero te puedo asegurar que mi familia está superbién y estables.

-Entonces, ¿pones las manos al fuego por Bryan?

No pongo las manos al fuego por nadie, solo por mis hijas, pero confío en él. Tenemos muchísima comunicación, hablamos todo el día cuando no está en Lima y descanso en paz cuando él está trabajando.

-¿Has leído las supuestas conversaciones que se han filtrado?

Sí, pero no es algo importante para mí ni para él. Es algo irrelevante.

-¿Perdonarías una infidelidad?

No. Nosotros apuntamos a seguir creciendo como familia, socios y personas.

En tanto, Bryan Torres utilizó sus redes sociales para indicar que los chats que se han filtrado son falsos. "Es lamentable estar en un chisme de redes donde exponen chats falsos y dejando a entrever que he sido infiel a mi pareja y madre de mi hija", expresó Torres.

ojo al dato

Samahara contó que el 29 de marzo asistirá al "Flow Festival", donde se presentará J Álvarez, Ñengo Flow, Guayana, RKM, en Club Cultural Lima.

SAMAHARA Y BRYAN



Estas malas lenguas llegan con harto "chimi chimi"... Las cámaras del programa "Amor y fuego" captaron a **GABRIELA HERRERA** y **FIORELLA RETIZ** divirtiéndose en una discoteca de sur con dos fornidos caballeros... **LUCIANA FUSTER** la rompió en las pasarelas del New York Fashion Week donde participó en el desfile del diseñador **YIRKO SIVIRICH... ANA PAULA CONSORTE** y **PAOLO GUERRERO** celebraron el primer año de su último hijo y se mostraron como una familia feliz en las redes sociales... La cantante **MIRELLA PAZ,** quien hace poco dejó la orquesta **SON TENTACIÓN** contó que no descarta convertirse en madre dentro de poco pues está muy enamorada... **LEYSI SUÁREZ** también seguirá en "América hoy", pero solo como colaboradora y ayer reapareció unos minutos desde la playa... Nos vamos, nos vemos mañana.



AL GRANO

DELANY CONTARÁ SU VERDAD

Carlos Cacho dijo que Delany López contará su verdad sobre la relación que tuvo con Jefferson Farfán en el programa de Beto Ortiz, pues ella se lo confirmó.

MICHEILLE DEFIENDE A SU CUBANO

Micheille Soifer reiteró que el cubano Gleysen Reñe es solo su amigo, pues aún no han oficializado. Además, que es un chico trabajador, diferente a todas sus exparejas.



▪ Contó que está cumpliendo uno de sus sueños

▪ CON EL ELENCO DE "AMÉRICA HOY"

Milett: "Mi relación con Tinelli ha madurado"

NIEGA HABER TERMINADO CON ARGENTINO

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

La actriz y modelo Milett Figueroa fue presentada ayer como la nueva conductora del magacín "América hoy" y dijo que estaba cumpliendo un sueño. Además, enfatizó que su relación amorosa con Marcelo Tinelli sigue firme y que nunca habían terminado.

"En todas las relaciones siempre hay momentos buenos y etapas diferentes, las relaciones siempre van creciendo, cambiando, madurando. Sin embargo, debo aclarar que nosotros nunca hemos terminado y nuestra relación ha madurado muchísimo", indicó Milett.

Es más, segundos después de su ingreso al programa matutino, la actriz recibió un arreglo floral, y le comentaron que su novio Marcelo Tinelli se lo había hecho llegar como bienvenida. Ante eso, ella aseguró que el conductor argentino estaba feliz con su ingreso a "América hoy" pues era una gran oportunidad en su carrera y que Tinelli siempre la está apoyando en sus proyectos. "Él está contento con mi ingreso al programa, siempre me está apoyando en mis proyectos", indicó.

En otro momento, dijo sentirse más que feliz con su ingreso al programa porque es algo que siempre esperaba y quedó sorprendida con la invitación que le hizo el productor Armando Tafur. "Gracias a todos por la linda bienvenida, esta es una oportunidad que siempre esperé en casa, en América Televisión donde empecé", finalizó.



Milett y Tinelli se conocieron en Buenos Aires cuando ella participó en el reality Bailando.

MASCOTAS



PRESENTAN PRIMER CIRCUITO DE AGILITY CANINO EN PERÚ

El primer circuito de agility en Paracas posiciona a Aranwa Hotels Resorts & Spas como líder en turismo dog-friendly en la región.



PERRITOS BUSCAN HOGAR

Adopción responsable de mascotas

Adoptar una mascota es mucho más que un acto de amor, es un compromiso serio. Por ello, Waylluy y el Albergue Can Martín se unen en una campaña para fomentar la tenencia responsable. Este domingo 16 de febrero, de 10:30 de la mañana a 1:30 de la tarde en el Parque María Reiche, los asistentes podrán conocer perros en busca de un hogar y recibir charlas informativas sobre su cuidado. A través de esta jornada se busca generar conciencia sobre la importancia de ofrecer un hogar adecuado a los animales rescatados.

MASSIEL CARDOZA
massiel.cardoza@prensmart.pe

ASPECTOS A TENER EN CUENTA PARA CUIDAR LA SALUD DE SU AMIGO PELUDO

Consejos para bañar a los perritos

Bañar a la mascota en el hogar puede ser un momento divertido o resultar un desafío. En cualquiera de los casos, acostumbrarlo a este ritual de higiene es indispensable para mantenerlo sano. Conversamos con la médico veterinaria zootecnista Astrid Morillo, fundadora de Pet Spaw, un spa terapéutico para caninos y felinos, sobre cómo cuidar el pelo según la raza, la frecuencia idónea para bañar a su perro y un paso a paso detallado para que la tarea resulte lo más sencilla posible.

TIPOS DE PELAJE. "Los perros con manto de una capa, como los mestizos de pelo corto, pug o cocker, requieren un baño más sencillo. Los de doble capa, como huskies siberiano o pomerania, necesitan un cepillado previ para remover el pelaje muerto y permitir un baño adecuado", indica la experta.

FRECUENCIA. Algunos perros saludables pueden bañarse una vez a la semana o cada dos, pero si tienen problemas de piel, podrían necesitar baños más seguidos, incluso a diario o cada dos días.

PIELES SENSIBLES. Los canes con piel sensible o problemas cutáneos deben bañarse con agua fría y usar un champú adecuado. El agua tibia puede irritar su piel, y un buen champú dermatológico es crucial para evitar reacciones alérgicas o inflamación.

PRODUCTOS ADECUADOS. Es fundamental usar champús formulados para perros: cosméticos para mascotas sanas y dermatológicos para las que tienen problemas cutáneos. Los cosméticos generan más espuma, mientras que los dermatológicos son más cremosos y requieren mayor tiempo de aplicación.



1 CUIDADOS ESPECIALES. Se recomienda bañar a los cachorros solo después de sus vacunas. Los perros mayores necesitan baños según su suciedad y comodidad.

2 MASCOTAS AGRESIVAS. Para bañar a perros violentos, es clave tener paciencia, avanzar a su ritmo y usar premios para reducir el estrés, aconseja la experta.

3 BAÑO VETERINARIO. Visitar la veterinaria o un spa especializado ayuda a elegir el champú adecuado y a realizar un corte de uñas seguro, protegiendo a la mascota de lesiones.

ojo al dato

La veterinaria Astrid Morillo advierte que los champús para humanos pueden irritar la piel sensible de la mascota. Su spa está en Instagram como @petspaw.pe.

SE CONMEMORA CADA 20 DE FEBRERO

¿Sabía que existe el Día Mundial de Amar a tu Mascota?



Tener un amigo de cuatro patas implica mucho más que cariño, es también un compromiso con su bienestar. Para celebrarlos en el Día Mundial de Amar a tu Mascota, los expertos de MSD Animal Health aconsejan dedicarles tiempo de calidad, prepararles platos especiales, llevarlos al veterinario, hacerles un spa en casa y renovar su espacio con una nueva cama o juguete interactivo.

LA RECETA



2 PERSONAS

Parfait de carrot cake

INGREDIENTES:

- 1 taza de yogurt griego
- 1/2 zanahoria rallada cruda
- 1/2 taza de piña fresca cortada en cubitos pequeños
- 1/2 taza de pasas y pecanas picadas
- 1 pizca de canela
- Topping: granola carrot cake FIKA

PREPARACIÓN:

En un vaso, coloque una capa de piña, zanahoria y frutos secos con canela. Luego, vierta un poco de yogurt griego por encima. Repita las capas hasta llenar el vaso. Finalice con un toque crocante de granola carrot cake FIKA. ¡Y listo, tendrá un postre fresco y lleno de vitaminas!

MAGALY MORO
magalymoro@prensmart.pe



Mi esposa sufre por los cangrejos de La Herradura

Roberto (51, Chorrillos). Doctora Magaly, le escribo completamente estresado por la sensibilidad de mi esposa. Llevo 20 años casado con Janet y, aunque la amo con toda mi alma, cada vez siento que soporto menos sus constantes lloriqueos.

Desde la semana pasada, ella ha estado sufriendo de manera exagerada por la noticia de los cangrejos de La Herradura. Según ella, la masiva aparición de estos pequeños cangrejos no es más que una manifestación de la naturaleza, un castigo hacia el ser humano por el desalojo de su hábitat por parte de las autoridades. Janet ha creado toda una historia en su cabeza.

Por mi parte, entiendo que la aparición de estos animalitos se debe a la remoción de piedras y la colocación de arena en la playa, lo que es una explicación razonable. Sin embargo, no puedo comprender cómo algo tan sencillo puede llevarla a un nivel de angustia tan alto. Este tema no me conmueve de la misma forma. Pero cuando ella vuelve a ver las imágenes, no puede evitar llorar y lamentar lo que considera un acto cruel del ser humano. Siempre repite: "El ser humano es el animal más malo del mundo. Le hace daño a propósito".

Me siento atrapado entre el amor que le tengo a Janet y el malestar que me causa su extrema sensibilidad. Me está resultando muy difícil tenerle la paciencia que ella necesita. A veces, su actitud me irrita tanto que he alzado la voz y le he respondido de mala manera. Esto me hace sentir culpable, pero también frustrado. ¿Qué me aconseja, doctora Magaly?

ojo al consejo

Querido Roberto, tu frustración es comprensible, pero es importante tener en cuenta que la sensibilidad de Janet no es algo que pueda controlar fácilmente. En lugar de frustrarte, demuestra empatía y comprensión. Podrías hablar con ella de manera calmada y sugerir juntos formas de manejar sus emociones sin que te afecten tanto. Mucha suerte.

CONSEJO ♥ SENTIMENTAL



DESACUERDOS EN LAS FINANZAS DE PAREJA

La gestión financiera en pareja puede ser conflictiva si no se establecen acuerdos claros sobre gastos, ahorros y deudas. La falta de comunicación en este ámbito puede generar tensiones y afectar la estabilidad de la relación.

FALTA DE APOYO EN MOMENTOS DIFÍCILES

La ausencia de un apoyo emocional constante, especialmente en tiempos de crisis, puede minar la confianza y el sentimiento de seguridad dentro de la relación. Es vital brindar apoyo mutuo en momentos desafiantes.

CONFLICTOS EN LOS ESTILOS DE CRIANZA

Las diferencias en cómo educar o disciplinar a los hijos pueden crear enfrentamientos que afectan no solo a los padres, sino también el ambiente familiar en general. Deben establecer acuerdos y mantener una comunicación abierta sobre la crianza.

EL HORÓSCOPO

POR AMATISTA
996288415



ARIES 21 DE MARZO | 20 DE ABRIL
La intolerancia en la pareja está comenzando a destruir todo aquello que es tan importante en su vida. No lo permita y hable con ella.



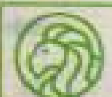
TAURO 21 DE ABRIL | 20 DE MAYO
Despertará molesto sin motivo aparente. Trate de calmarse para evitar discusiones y tensiones innecesarias. No arruine su día.



GÉMINIS 21 DE MAYO | 20 DE JUNIO
No siempre podrá resolver los problemas en el trabajo por intuición. Quizá esta vez necesite el apoyo de otras personas. Búsquelo.



CÁNCER 21 DE JUNIO | 20 DE JULIO
Defienda sus opiniones en el trabajo con vehemencia, pero debe ser lo suficientemente maduro para aceptar si otra sugerencia prevalece.



LEO 21 DE JULIO | 21 DE AGOSTO
Habrá personas en el trabajo cuestionándole cada paso que dé. Si actúa con seguridad y buenos argumentos nadie podrá detenerlo. Suerte.



VIRGO 22 DE AGOSTO | 20 DE SEPTIEMBRE
Deberá preguntarse si está preparado para aceptar nuevas responsabilidades en el trabajo. No lo haga solo por quedar bien. Cuidado.



LIBRA 21 DE SEPTIEMBRE | 22 DE OCTUBRE
No se relaje demasiado, están por llegar buenas oportunidades en lo profesional. En el amor, escuche siempre a la pareja.




ESCORPIO 23 DE OCTUBRE | 22 DE NOVIEMBRE
La mejor manera de tener una buena producción en el trabajo es estar concentrado. Los temas menores deben quedar de lado.



SAGITARIO 23 DE NOVIEMBRE | 20 DE DICIEMBRE
Las cosas parecerán complicarse en el ámbito laboral llevándolo al límite de su capacidad, actúe con cabeza fría y lo logrará. Suerte.



CAPRICORNIO 21 DE DICIEMBRE | 19 DE ENERO
Podrá vislumbrar algunas posibilidades de mejora en el trabajo. No las arruine tratando de acelerar las cosas. Deje tiempo al tiempo.



ACUARIO 20 DE ENERO | 18 DE FEBRERO
No deje que se acumulen las cosas en el trabajo. Aproveche cada instante que tenga en el día de hoy para salir del apuro. Adelante.



PISCIS 19 DE FEBRERO | 20 DE MARZO
Manténgase alerta y despierto en el entorno laboral o profesional, solo así logrará que el éxito golpee su puerta.





REFRÁN: EL QUE TIENE TIENDA, QUE LA ATIENDA

Significado: Quien asume una responsabilidad debe cumplirla con seriedad y compromiso.

NATURALEZA

cataujo@hotmail.com / N° 6528



Por: Sara Abu Sabbah

COMER *para* VIVIR

Nutricionista - Dietista CNP 3526

Magíster en Ciencias Básicas Médicas con Mención en Bioquímica

LACTOSA Y SACAROSA: ¿CUÁL ES LA DIFERENCIA?

➔ En el etiquetado de alimentos, es clave diferenciar la lactosa de la sacarosa, ya que cumplen funciones distintas en la nutrición y en la salud.

➔ La lactosa, presente naturalmente en la leche y sus derivados, es un disacárido compuesto por glucosa y galactosa. Su digestión depende de la enzima lactasa, cuya deficiencia puede causar intolerancia. No eleva la glucosa en sangre tan rápido como la sacarosa, el azúcar de mesa.

➔ La sacarosa, derivada de la caña de azúcar o remolacha, se compone de glucosa y fructosa. Se absorbe rápidamente, impactando más el metabolismo y aumentando el riesgo de enfermedades metabólicas cuando se consume en exceso.

➔ En el etiquetado, agruparlas bajo el término "azúcares" puede confundir al consumidor. Diferenciarlas permitiría una mejor elección alimentaria, especialmente para quienes buscan reducir el azúcar añadido sin evitar productos lácteos naturales.

@sarabusabbah
@SaraAbuSabbah
941273375
@fuyefibra
@elarandano_oficial
www.sarabusabbah.com